

MEGALOS 8/11(火) 7/22更新			
	2 階スタジオA	3 階スタジオB	
	【営業開始 9 : 00】		
9:00			9:00
9:30			9:30
10:00	■ 定員制43名(緑)	■ 定員制58名(黒)	10:00
10:30	9:55-10:40 バーニングエアロ45 松原由香	10:00-10:40 エンジョイエアロ40 代行未定	10:30
11:00	■ 映像32名	■ 定員制40名(緑)	11:00
11:30	11:00-12:00 【映像】 Group Groove60	10:55-11:25 エンジョイステップ30 松原由香	11:30
12:00		■ 定員制58名(黒)	12:00
12:30	女性専用 ■ 定員制43名(緑)	11:40-12:10 ピラティス30 姫野真里	12:30
13:00	12:25-12:55 infinity flow30 佐藤	■ 定員制58名(黒)	13:00
13:30	■ 定員制43名(緑)	12:25-13:10 バーニングエアロ45 姫野真里	13:30
14:00	13:15-13:45 ダンベル体操30 武藤	■ 定員制13名	14:00
14:30	■ 定員制43名(緑)	13:30-13:45 VOLTBOX15 佐藤	14:30
15:00	14:00-14:30 太極拳30【入門24式】 増岡美奈江	■ 定員制13名	15:00
15:30	有料	13:55-14:10 VOLTBOX15 佐藤	15:30
16:00	14:40-15:40 【有料】太極拳 増岡美奈江	■ 定員制58名(黒)	16:00
16:30	■ 映像15名	14:30-15:15 リトモス45 岩田香織	16:30
17:00	16:15-17:00 【映像】 Group Power45	■ 定員制30名(緑)	17:00
17:30	■ 映像20名	15:30-16:00 TOBIPPA30 武藤	17:30
18:00	17:15-18:15 【映像】 Group Blast60		18:00
18:30	■ 映像32名	16:30-17:30 メガロスミライク	18:30
19:00	18:30-19:00 【映像】 Group Fight30	17:30-18:30 メガロスミライク	19:00
19:30			19:30
20:00	通常会員様はマシンジム・プール利用時間は 19 : 50 、施設閉館時間 20 : 00 ウィークデイ・デイの方は利用時間外のため、ご予約はご遠慮ください。 ※映像レッスンはWEB予約制ではなく、先着順となります。 参加希望の方は開始時間の10分前にスタジオA前に整列をお願いします。		20:00